*S29 Reconstrução

*S29 Reconstrução

DEFINIÇÃO: é uma construção atualizada do que houve, considerando especialmente o ponto e vista, o aspecto cognitivo do momento em relação ao havido.

Indica certamente um movimento interpretativo, mas também vai além disso. Podemos acrescentar e modificar conceitos que povoam a malha intelectiva da pessoa dentro das condições que nos são pertinentes, alterando a ciência dos acontecimentos.

*S29 Reconstrução

Assemelha-se a construção de um quebra cabeça. Tentativa e erro lhe são tão naturais quanto necessários. E pode-se estruturar tão minuciosamente quanto se queira.

*S29 Reconstrução

- Refazer caminhos

- Reconstruir coisas que quebraram

*S29 Reconstrução

Existem coisas na vida de vocês que ficaram para trás e gostariam de refazer?

*S29 Reconstrução

1- Ex: Quando você tinha tinha quinze anos brigou com seu pai por uma bobagem qualquer e vocês romperam.

Dá pra refazer isso?

E se o pai já faleceu?

2- Ex: Você é uma mulher e fez histerectomia, e por conta disso não se sente mais completa.

*S29 Reconstrução

Voltem lá quando eram adolescentes: Era tão bom viver, hoje vou acordar tenho tanta coisa boa pra fazer ...

É possível reconstruir isso ?

*S29 Reconstrução

É possível reconstruir o futuro?

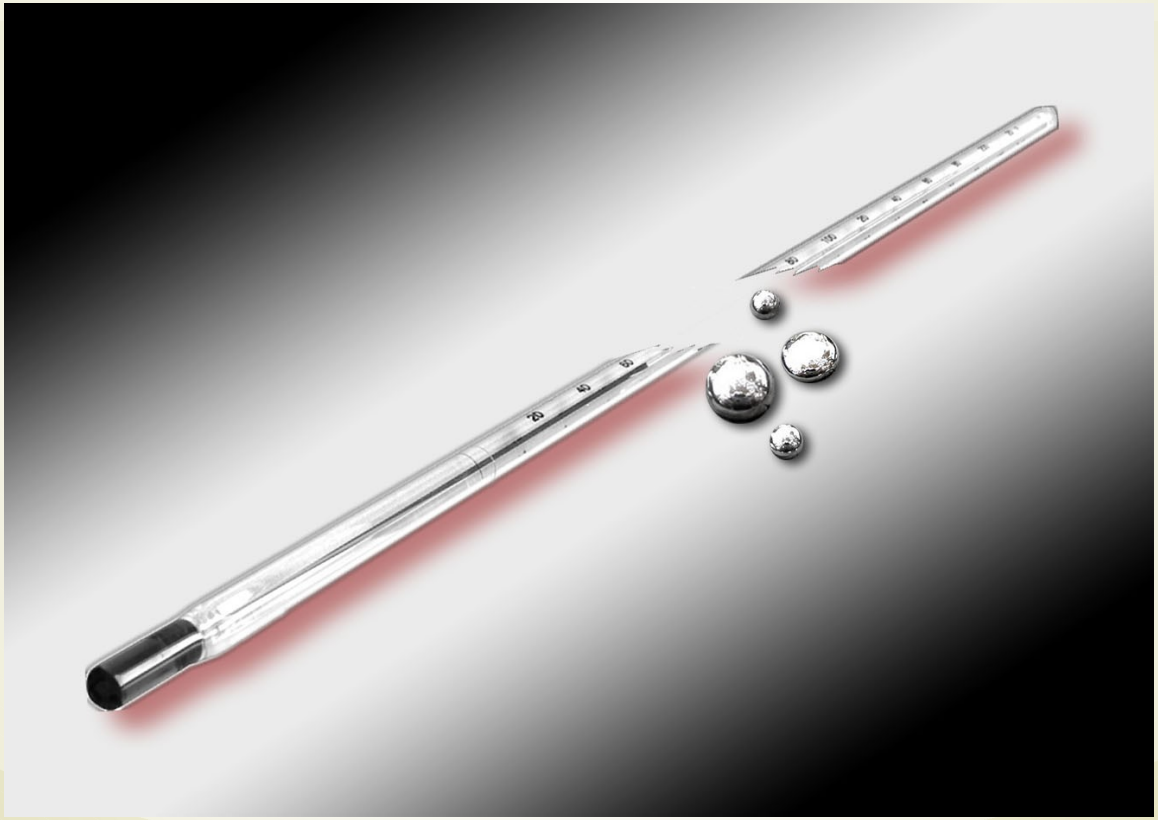
*S29 Reconstrução

O que recosntruir?

- Um sonho
- Um projeto
- Uma relação
- Uma emoção
- Uma empresa
- Uma família
- Um caminho

*S29 Reconstrução

Podemos reconstruir tudo?



*S29 Reconstrução

Numa interseção como você sabe se a pessoa está em processo de reconstrução?

Implicações: Você toma a pessoa como pronta e ela está em processo.

As vezes a própria pessoa não sabe disso.

*S29 Reconstrução

*S29 Reconstrução

Numa reforma:

- Modificação grande da sua rotina.
- Modificação do seu jeito de ser.

- Cuidado: Nem sempre esse tumulto se trata de reconstrução.
- As vezes só é possível construir algo novo pelo fato de algo ter quebrado noutro lado.

*S29 Reconstrução

Onde buscar os elementos de para recosntrução:

- equívoco: muitas pessoas pensamq eu para uma recosntrução precisa de elementos externos.

- De onde vem este pré-juízo:
- 1- pobreza de acesso interno, acessam sempre os mesmos conteúdos.
- 2- falta de organização interna diante de composição.

*S29 Reconstrução

As vezes a pessoa não pode remover o defeito, aquilo que ela não gosta na reconstrução. São indissociáveis.

Ex: amor da posse

*S29 Reconstrução

Reconstruir não significa formatar exatamente como foi:

Pode acrescentar

Pode retirar

Pode alterar

*S29 Reconstrução

Exercício:

Alguma vez você já foi injusto com alguém?
Disse um palavra que a pessoa não merecia ouvir....

Voltem lá quando isso aconteceu e refaçam isso.

*S29 Reconstrução

-Como fazer no consultório:

- Pegue um fato na historicidade.

- Ex: Aquele dia que seu filho lhe disse: - Pai você está bêbado.

- Ao invés de ter batido no guri, se você tivesse jogado o copo no chão e dito:

- Filho você está certo, mas é que minha empresa está quebrada e as contas estão chegando e eu reajo dessa forma, fico hostil grosseiro com as pessoas me perdoa.
- O nosso cérebro é cognitivo:
- Quando você entre dois caminhos diz para a pessoa

*S29 Reconstrução

- O nosso cérebro é cognitivo:
- Quando você entre dois caminhos diz, este caminho que foi feito tudo bem aconteceu, mas ele não tem muito a ver comigo.
- Este novo caminho que eu estou refazendo desde o princípio tema ver com minha EP, com os meus princípios.
- O cérebro automaticamente começa a se aproximar dessa nova informação e descartar a antiga.

- Pessoa diz: Ah hoje eu sei como teria agido.... E assim vai restaurando os caminhos.

*S29 Reconstrução